

令和 7 年 4 月献立表

からまつ保育園

日にち	4月の旬食材 今月のチャレンジ食材は「アスパラガス」です！ 野菜：春キャベツ、チンゲン菜、新じゃが、新玉ねぎ、そら豆、スナップえんどう、グリーンピース、アスパラガス、春ごぼう 果物：いちご、清見オレンジ 魚介類：さわら、かつお				
曜					
朝おやつ					
給食					
おやつ					
エネルギー					
延長食					
日にち	1	2	3	4	5
曜	火	水	木	金	土
朝おやつ	食パン	きゅうり	にんじん	きゅうり	おせんべい
給食	お赤飯 さわらの西京焼き かにかまと青菜の三色和え 紅白すまし汁 いちご	タコライス にんじんしりしり くずし豆腐のスープ 清見オレンジ	ハムチーズサンド アスパラときのこのソテー スパゲティサラダ ヨーグルト	春の彩りおにぎり ちくわの磯部揚げ 春キャベツと玉子のごまだれサラダ アップルジュース	かき玉うどん 鶏とごぼうの土佐煮 カルピス寒天
おやつ	プチピザ ミルク	ピーチババロア 麦茶	玉子雑炊 麦茶	いちご蒸しパン ミルク	デコレーションプリン 麦茶
エネルギー	乳児 411 幼児 516	乳児 415 幼児 524	乳児 414 幼児 537	乳児 410 幼児 607	乳児 417 幼児 509
延長食	ジャムクラッカーサンド	お麩ラスク	マカロニきなこ	ヨーグルト	クッキー
日にち	7	8	9	10	11
曜	月	火	水	木	金
朝おやつ	食パン	クッキー	おせんべい	ビスケット	食パン
給食	胚芽米 ふりかけ アスパラの肉巻きフライ ブロッコリー トマト オレンジジュース	ゆかりごはん 鶏の照り焼き 三色ごま和え ヨーグルト	新玉ねぎのチキンカレー にんじンドレッシングサラダ アスパラ入りお花畑スープ いちご	チーズバーガー (乳児：ごはん、ハンバーグ) フライドポテト コーンチャウダー フルーツポンチ	からまつラーメン ブロッコリーとウインナーのソテー カルピス寒天
おやつ	新じゃがガレット ミルク	玉子ロールサンド ミルク	杏仁豆腐 麦茶	ミニアメリカンドック 麦茶	マッシュポテトとひき肉のグラタン 麦茶
エネルギー	乳児 476 幼児 574	乳児 413 幼児 506	乳児 409 幼児 509	乳児 497 幼児 620	乳児 445 幼児 522
延長食	お麩ラスク	チーズクラッカーサンド	ヨーグルト	じゃがいももち	マカロニきなこ
日にち	14	15	16	17	18
曜	月	火	水	木	金
朝おやつ	おせんべい	食パン	クッキー	おせんべい	ビスケット
給食	ひじきごはん 鮭の幽庵焼き 小松菜のお浸し 新じゃがの味噌汁 いちご	スパゲティミートソース カリカリしらすのサラダ ポクポクポトフ カルピス寒天	胚芽米 ふりかけ 新じゃがコロッケ アスパラ入りおからサラダ わかめの味噌汁 フルーツポンチ	パニーニ ささみのフリッター スナップえんどう ミネストローネ アップル寒天	えびクリームライス コロコロサラダ パーリースープ 清見オレンジ
おやつ	手作りプリン ミルク	からまつドーナッツ ミルク	ツナマヨトースト ミルク	にゅう麺 麦茶	手作りクッキー ミルク
エネルギー	乳児 403 幼児 500	乳児 487 幼児 596	乳児 481 幼児 578	乳児 443 幼児 578	乳児 491 幼児 611
延長食	マカロニきなこ	じゃがいももち	ヨーグルト	ジャムクラッカーサンド	お麩ラスク
日にち	21	22	23	24	25
曜	月	火	水	木	金
朝おやつ	にんじん	きゅうり	食パン	にんじん	きゅうり
給食	わかめごはん ほくほく肉じゃが 五色和え 春キャベツの味噌汁 フルーツ寒天	あんかけ焼きそば アスパラ入り甘辛ごぼう わかめの中華汁 フルーツポンチ	ツナ丼 ほうれん草とひじきのごまマヨ和え 豆腐の味噌汁 ヨーグルト	桜エビとグリーンピースの春ピラフ 唐揚げ 春のミモザサラダ そら豆のポタージュ 4月のパースディケーキ	胚芽米 アスパラと豚肉の中華炒め チンゲン菜とわかめの和え物 中華風かき玉汁 清見オレンジ
おやつ	手作りジャムサンド ミルク	鬼まんじゅう ミルク	たけのこ入りスパゲティ 麦茶	豆乳くずもち 麦茶	パルミエ ミルク
エネルギー	乳児 467 幼児 597	乳児 496 幼児 595	乳児 488 幼児 581	乳児 470 幼児 650	乳児 454 幼児 594
延長食	チーズクラッカーサンド	ヨーグルト	お麩ラスク	マカロニきなこ	じゃがいももち
日にち	28	29	30	昭和の日	
曜	月	火	水		
朝おやつ	にんじん		食パン		
給食	ナポリタン スナップえんどうと玉子のサラダ コンソメスープ クリームソーダ風ゼリー		胚芽米 納豆 さばの味噌煮 菜の花とほうれん草のお浸し 若竹汁 アップル寒天		
おやつ	喫茶店風手作りプリン 麦茶		焼きビーフン 麦茶		
エネルギー	乳児 488 幼児 618		乳児 469 幼児 552		
延長食	お麩ラスク		マカロニきなこ		

栄養価 乳児 エネルギー：400kcal、たんぱく質：17.4g、脂質：15.1g、食塩相当量：1.8g、カルシウム：186mg
(1か月平均) 幼児 エネルギー：500kcal、たんぱく質：21.0g、脂質：19.0g、食塩相当量：2.3g、カルシウム：195mg